CAUSAS DA EJACULAÇÃO PRECOCE E COMO ACABAR COM ESSE SOFRIMENTO

Saiba como a ejaculação precoce atrasa a busca de acabar com a própria ejaculação precoce

Sumário

Autor: Maylson Silva

INTRODUÇÃO

As principais perguntas feitas pelos homens que sofrem com a ejaculação precoce são as seguintes: Por que estou passando por isso? Por que está me fazendo sofrer? Como faço para me livrar desse inferno?

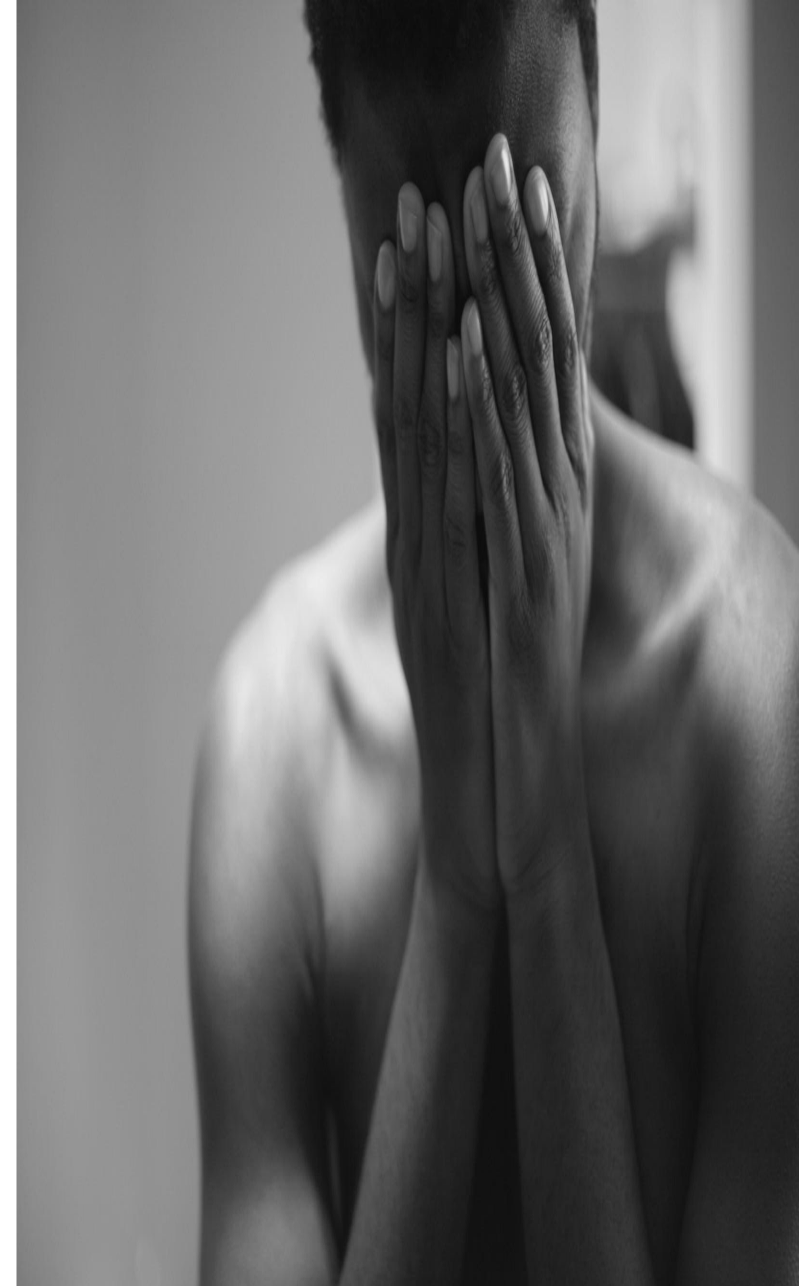


Agora, imagine acabar com a ejaculação precoce. Imagine uma relação sexual mais prolongada. Imagine satisfazer a si mesmo e a parceira na cama. Alcançar esses objetivos significa relacionamentos melhores, significa uma vida mais saudável, significa mais prazer.

Descubra e compreenda nesse e-book por que você tem ejaculação precoce, o que fazer para se ver livre dela e de todo sofrimento que ela causa. Ao decorrer deste ebook, você vai acompanhar dicas de técnicas e práticas fundamentais e fáceis para retardar a ejaculação de forma eficiente.

Você sabe qual é a porcentagem de homens que sofrem de ejaculação precoce no Brasil? Cerca de 30% dos homens brasileiros tem esse problema; Ou seja, se você pensa que é o único a ter esse problema, está enganado. Aliás, se você continuar com esse problema, será o único a ficar sem uma solução.

O mais impressionante desse número, é que, segundo o centro de referência da saúde do homem, em São Paulo, em 75% dos casos, a origem da ejaculação precoce é emocional. É claro que também há casos em que as origens são físicas, porém esses casos são considerados raros. Contudo, também trataremos dos casos de origem física.



POR QUE ESTOU PASSANDO POR ISSO?

Preparação para uma noite de amor com a parceira: Tomar banho, jantar, ir para à cama com ela e na hora do sexo, somente ao tocá-la ou após nem três minutos de penetração, já ejacular. Vem o pensamento: Será que me falta a capacidade de dar prazer a minha mulher?

Dica#1

Método do parar e apertar: Se você e a sua parceira estiverem dispostos, esse método é bastante útil para retardar à ejaculação. Basta apertar o pênis na junção entre a glande (cabeça do pênis) e o corpo do membro. Ela deve manter o pênis apertado por vários segundos até que a vontade de ejacular passe. Em seguida pode retornar à relação.

Existem dois tipos de ejaculação precoce: A primária e a secundária. É considerada primária a ejaculação precoce que ocorre desde o início da vida sexual (corresponde a 65% dos casos). É também a ejaculação primária a que ocorre antes da penetração e nesse caso são cerca de 50% dos homens que sofrem. Dos homens que têm a ejaculação precoce primária, aproximadamente 90% ejaculam após um minuto de penetração. Na maioria das vezes, as causas são emocionais e podem se agravar com a idade, caso deixem de ser tratadas.

Dica#2

Método do preservativo:
Use um preservativo grosso, que reduza a quantidade de estímulos e que reduza à sensibilidade do pênis. Isso pode fazer com que você demore mais para sentir vontade de ejacular. Outra ideia é a de evitar usar camisinhas que são feitas para aumentar os estímulos.

A ejaculação precoce secundária ocorre motivada por algum trauma ou algum problema em algum momento da vida, por exemplo: doenças como hipertireoidismo, fimose, diabetes, prostatite (inflamação ou infecção na próstata), inflamação ou infecção na uretra, problemas neurológicos, problemas psicológicos (gerados por medicamentos), hipersensibilidade da glande (cabeça) do pénis, fatores genéticos, níveis hormonais e de neurotransmissores acima do normal, atividade anormal do sistema ejaculatório...

Às vezes ocorre sempre quando você se relaciona sexualmente com uma pessoa específica (caso da influência emocional). Neste caso também se aplica à secundária. Também na secundária, fatores psicológicos podem ser os causadores, por exemplo, a ansiedade é a maior vilã. Disfunção erétil, problemas no relacionamento, uso de medicamentos psicotrópicos, estresse... Também são causas relevantes.
Em ambos os casos é necessário procurar uma solução, pois o problema tende a se agravar com o tempo, caso deixe de ser seja tratado.

Por outro lado, há homens que querem, apenas, demorar mais na cama com a parceira, cometer com ela fantasias sexuais mais prolongadas. Porém, de maneira nenhuma sofrem com a ejaculação precoce. Urologistas dizem que o tempo considerado normal para ejacular é em média de cinco a oito minutos após à penetração.

Dica#3

Método da posição:
Mude a posição algumas vezes durante a relação sexual. Caso você geralmente fique por cima, mude de lugar com a sua parceira, fazendo com que ela fique por cima, isso faz com que ela saia mais facilmente se você estiver prestes a gozar. Penetre-a novamente assim que a vontade de ejacular passar.

No momento do sexo, abraçar a parceira, beijá-la, tirar-lhe a roupa. O tesão sobe, o prazer cresce, a intensidade aumenta e rápido vem uma vontade louca de gozar logo. Isso acontece porque a ansiedade e o nervosismo geram um aumento de adrenalina que pode fazer com que haja uma grande excitação e consequentemente uma ejaculação rápida. Portanto, quanto mais ansioso (imagine alguém com pressa e preocupado com a ejaculação), mais a ejaculação se antecipa de forma descontrolada e significa a falta da satisfação sexual. Assim, a própria ejaculação precoce atrasa a busca de acabar com a própria ejaculação precoce. Em relação aos problemas físicos causadores, são raros.



POR QUE ESTÁ ME FAZENDO SOFRER?

Adianta se desesperar? De forma alguma! Isso é compreensível. Porém, tem solução. Desesperar-se somente vai piorar a frustação e tudo vai continuar indo mal. Fique calmo. Preste atenção nisto: Por que você deve lutar para melhorar sua estratégia para acabar com a ejaculação precoce? Isso mesmo, estratégia! Você precisa de uma estratégia. Cumpre para você, seguir uma estratégia.



Pense como será seu mundo sem a ejaculação precoce. Caso contrário, até à depressão a ejaculação precoce pode te levar. Parte da estratégia está em como explicar para a sua parceira (esposa, namorada...) o que é a ejaculação precoce. Isso que faz você gozar rápido e deixar ela ainda com vontade de mais sexo. Na verdade nenhum dos dois fica satisfeito. Verdade!

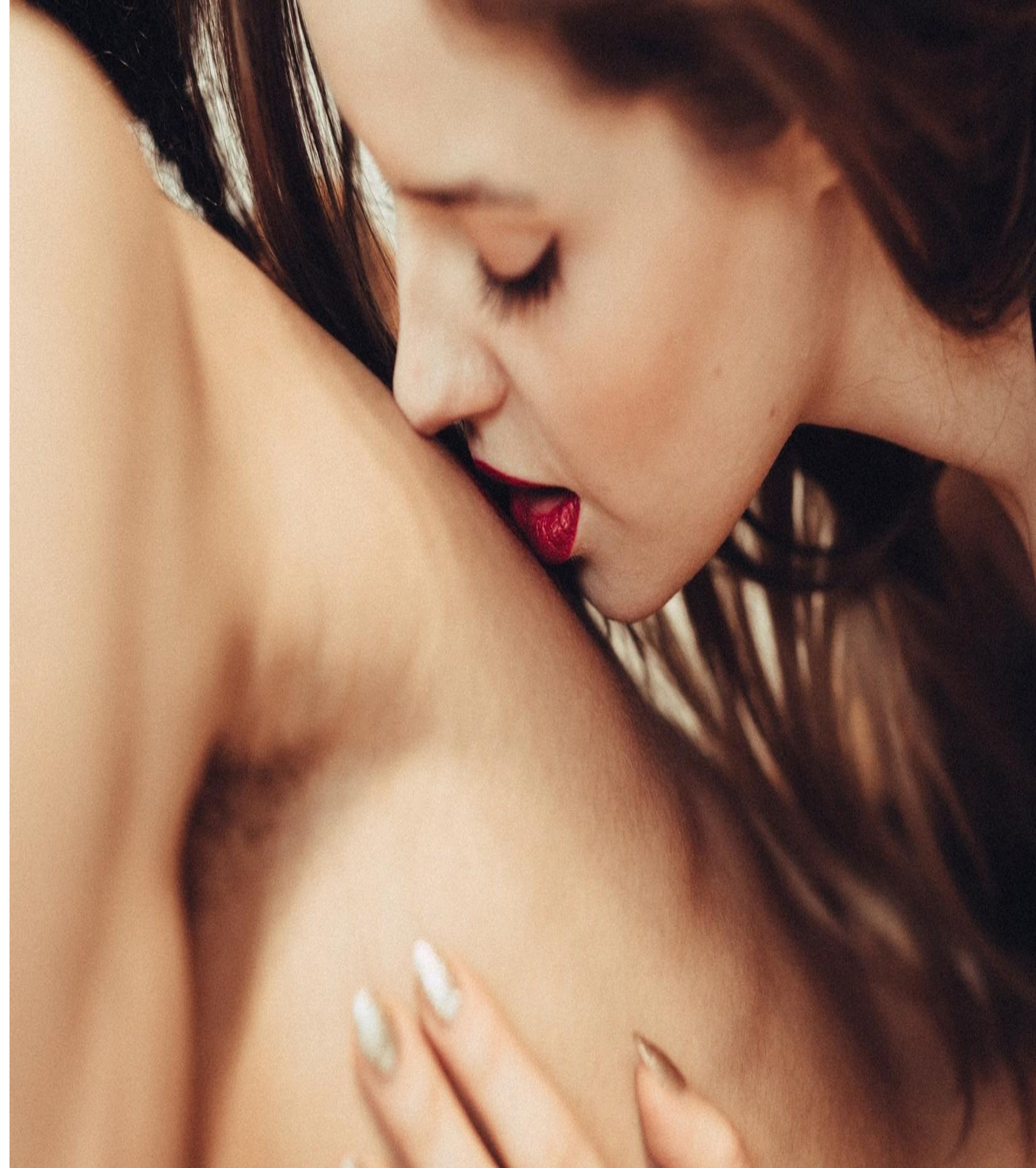
É necessário falar. Contar tudo o que você vem passando ao longo do tempo. Depois disso, um peso enorme vai sair de cima dos seus ombros. É importante a compressão da parceira.
Para um casal, é bom se está a fundirem-se em um só, bom cujo apertando um no outro, haja compreensão da parceira nessa relação.
Em seguida você deve buscar os métodos certos para acabar com o problema. Ao longo desse ebook você vem acompanhando dicas simples de como retardar a ejaculação. Continue acompanhando, pois seremos mais precisos mais na frente.

Na maioria dos casos, as práticas e as técnicas ajudam no processo prático de melhora. Já que atacam as causas e os efeitos do lado emocional do problema. Lembre-se: cerca de 75% dos casos são comprovadamente de origem emocional. As causas físicas são raras. No caso das causas físicas (como faladas no capítulo: por que estou passando por isso?) se você tem algumas daquelas doenças, procure um urologista.

Dica#4

Método da masturbação: Masturbe-se antes de fazer sexo. Caso planeje ter uma relação sexual mais tarde com à sua parceira (à noite, por exemplo), tente masturbar-se uma ou duas horas antes de iniciar a relação. Isso vai "desafogar" a vontade de gozar. Você já começará a relação bastante relaxado.

O descontrole emocional causa ejaculação precoce. Dome suas emoções com o pensamento, assim como se doma um cavalo bravo, arredio. O pensamento e a serenidade são as rédeas para controlar esse cavalo bravo. Impeça que a ansiedade derrube você. Como sempre de todas as formas, procure mentalmente domar a ejaculação. Impeça que venha logo. Se você ficar sem acabar com ela, ela vai acabar com você. Há relatos de homens que acabaram com o relacionamento, outros foram traídos pelas parceiras, muitos ficam tristes, se sentindo péssimo, tudo devido ao problema de ejaculação rápida.



Um grande medo dos homens é deixar de satisfazer a parceira na cama e ela achar que você é inexperiente, ruim de cama, imaturo, sem vigor sexual... Perca o medo. Cale as dúvidas. Sinta-se seguro com precisão para demorar a gozar.

Dica#5

Método da massagem:
A sua parceira pode realizar massagens em todo o seu corpo antes de iniciar a relação sexual. Inclusive a região próxima ao pênis e no próprio pênis. Isso faz com que haja um relaxamento antes da ereção. Traz mais tranquilidade e o controle da ansiedade.

COMO FAÇO PARA ME LIVRAR DESSE INFERNO?

Esse é o capítulo mais importante. Você já vem acompanhando dicas de técnicas e práticas fáceis e eficientes. Porém, há mais ainda. Muito mais. As pessoas sempre perguntam qual é uma receita boa para demorar a gozar. Há muitas soluções mais profundas. Antes é necessário perder o medo de uma vez, deixar o receio de lado, calar as dúvidas e controlar a ansiedade. Você precisa acabar com isso. Por um fim definitivo na ejaculação precoce. Há vários tratamentos para se utilizar, por exemplo: Psicoterapia, fisioterapia, medicações orais (nada de se medicar por conta própria, pois isso agrava o problema) e as técnicas e práticas eficientes que estamos apresentando ao longo desse e-book.



Para se livrar desse Inferno, satisfazer a sua parceira e a si mesmo, transformar a sua vida sexual para muito melhor, você vai clicar no link a seguir para ver o material completo e muito prático com muito mais técnicas e práticas fáceis que são uma verdadeira estratégia profunda e segura cientificamente certa para você. Porque você precisa de uma solução. Imagine acabar com esse problema. Isso significa uma melhora enorme. Você sabe que nada vem sem esforço. É preciso lutar pelo o que se quer.

Você, ao clicar nesse link, você vai estar clicando por você e também pela sua parceira, pela sua vida sexual mais ativa, por você ser homem, para você se livrar do sofrimento, para você dar mais prazer às mulheres na cama, enfim, esse é o link das novidades com precisas informações:

O-fim-definitivo-da-ejaculação-precoce-e-a-falta-de-ereção